

トピックス 瑞江鶴の会・創立30周年を祝う

「瑞江鶴の会」が創立30周年を迎えて、1月に記念行事を行いました。会は1986年（昭和61年）に、江戸川区の「母親学級」を母体に、故豊島なつ江先生のご指導で創設され、当初は「篠崎鶴の会」と称していましたが、のちに練習場所が変わったことから、「瑞江鶴の会」と改称しました。豊島先生のご病気を機に2001年から



茶木が指導するようになり、茶木以下師範8名、会員数38名という現状で創立30年を迎えました。

1月5日には東部区民館で、記念に作ったお揃いのTシャツと師範は全員道衣で初稽古を行いました。

【写真上】また1月12日には本部道場で記念稽古会を開催【写真下】、そのあとKKRホテルで記念昼食会を開催してお祝いとしました。また、30年の歴史を綴った『瑞江鶴の会30年の歩み』誌を作成して配布、協会関係者へも進呈させていただきました。



江戸川区教室交流会に参加しましょう

第5回の江戸川区教室交流会が2016年2月21日（日）10時～12時に北葛西コミュニティ会館で開催されます。多数のご参加をお待ちしております。

閑人閑話 5年ぶりのブリスベンの印象

個人的な話で恐縮ですが、1月下旬に、5年ぶりに息子家族の住むブリスベンに5日ほど行ってきました。

オーストラリア第3の都市ブリスベンは、豊かな自然とモダンな都市景観の調和した



魅力的な街で、近年ますます発展しているようです。【写真は市の中心部の遠望です。】

ご承知のようにオーストラリアの人たち（とくに欧州系の人たち）は背が高く、がっちりとした人が多く、ラクビーが強いのもうなずけます。（五郎丸選手も2月からこの街のチームで活躍する予定です。）

ただ、反面ものすごい肥満体の人も、男女を問わず、やたらと見受けます。良く食べることの結果なのでしょうか、また車社会ですので、その影響かもしれません。汗をかきかき（いま真夏なので）よたよたと歩いているのを見るときにどくに思えますが、こうなるとたいへんだよという警告の役割はすくなくとも果たしてはいるようです。

さこうべん
左顧右眄（再開） 【第17話 漢詩に学ぶ・漢詩を楽しむ】

第18回 名句・名吟の詩人たち ～その2

次は「張継(702?～780?)」の有名な『楓橋夜泊』です。張継は進士の試験に落第した失意を紛らわせるために江南の地を周遊し、その時にこの詩を作ったとされています。後に進士に合格して官僚としてそこそこの活躍はしたようですが、この詩一つで後世に名を遺しました。

まずはその名詩をご紹介します。

楓橋夜泊

月落烏啼霜滿天
江楓漁火對愁眠
姑蘇城外寒山寺
夜半鐘聲到客船

楓橋に夜泊す

月落ち烏啼いて霜天に満つ
江楓漁火 愁眠に對す
姑蘇城外 寒山寺
夜半の鐘聲 客船に到る

姑蘇；蘇州の古代の名前

寒山寺はこの詩と、それから唐時代に寒山と拾得が住んでいたという伝説から人気があり、とくに日本人にはなじみの深いお寺、そしてこの漢詩です。（正確に言えば、この漢詩に限らず『唐詩選』の翻訳、解釈本がいくつも出版されていたのが江戸時代だということですが。）

何人もの文人たちがこの詩の解釈をあれこれとしています。たとえば「江楓漁火」は「江村漁火」の間違いではないかという論争もありました。たしかに、その方がすっきりわかりますね。また夜中に烏が啼くのかという疑問提起もあり、いや“月夜鳥”（月夜の晩に寝ぼけて啼く鳥のこと）が啼いたのだという反論。あるいは、烏が啼くのだから、この夜半は夜明けのことだろうという解釈もありました。また、夜中に鐘を撞くのか？という疑問や、それに対して唐時代には夜中に鐘を撞く風習があったとの反論もあったようです。



さらにさらに、こんな江戸川柳もあります。

月落ち烏啼いて女房はらを立て （亭主が夜遊びで帰って来ないのでね。）

江戸っ子はそれだけこの詩をこよなく愛して、かつ楽しんでいたのでですね。【写真は寒山寺門前にかかる江村橋。1987年4月撮影。楓橋と瓜二つの太鼓橋で間違えやすい。】

次いでご紹介するのは「于鄴(うぎょう・810～?)」の『勸酒』です。長安の人で、進士に合格しましたが、役人勤めになじまず、各地を放浪した末、河南省の嵩山に隠遁したと言われています。

勸酒

勸君金屈卮 君に勧む金屈卮*

勸酒

*きんくつし；金の酒盃のこと

満酌不須辞 満酌辞するを須 (もち) いざれ いっぱい注ぐから遠慮するな
 花発多風雨 花発 (ひら) けば風雨多し
 人生足別離 人生別離に足 (み) つ

いかにも屈託のない、人生を達観した詩ですが、井伏鱒二の訳文がとても面白いのでご紹介します。

コノサカズキヲ受ケテクレ
 ドウゾナミナミツガセテオクレ
 ハナニアラシノタトエモアルゾ
 サヨナラダケガジンセイダ

最後にご紹介するのは、名句、名吟として一般的にはそれほど有名ではないかもしれませんが、私としては、一番気に入っている北宋の詩人邵康節 (1011~1077) の漢詩「清夜之吟」の、まず全文をご紹介します。

清夜之吟 清夜の吟

月到天心処 月天心に到る処
 風来水面時 風水面に来たる時
 一般清意味 一般の清意味
 料得少人知 料り得たる人知る少なし



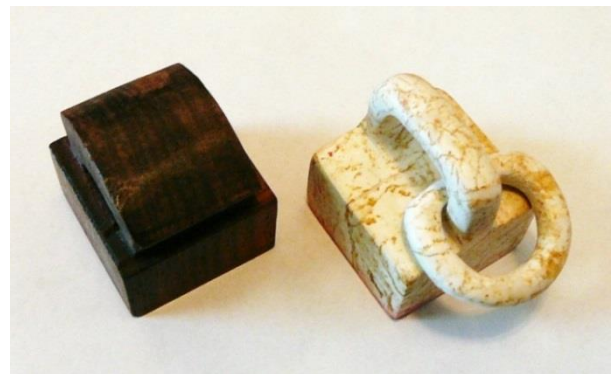
この詩については、「雲の手通信2005年2月第10号「遊印遊語」」でご紹介していますが、それを引用しながら解説いたします。

宋時代の易学の大家であり、大詩人であった邵康節の「清夜之吟」の前半の2句「月到天心処」と「風来水面時」を白文 (左) と朱文 (右) に彫り分けたものが上の二つの印影です。

この詩の後半は大変難解ですが『このような素晴らしい情景の秘める深遠な意味を理解している人は少ない』と私なりに解釈しています。秋の夜のきれいな情景も、ごく当たり前と見ればそれまでですが、そこに大宇宙の摩訶不思議な摂理をこの詩人は感じたのでしょう。つまり、易経や陰陽五行説の真髄を感得しての哲学的な漢詩であるとも言えます。

ということで、この2句が私はたいへん気に入って、印に彫ってみたということでもあります。ちなみに左

の白文印は紫檀材に、右の朱文印は寿山石に彫ったものです。頭部の加工 (紐) も自刻です。



アーカイブス「雲の手通信」 (再掲・昔のコラム)

健康妄語録 “自分の体は自分で守る”

【2006年6月第25号】

“自分の体は自分で守る”とテレビで叫んでいるので何かと思ったら、なんとチンパンジー君が演説しているのです。つまりあの有名ドラッグストアのCMだったのです。申しわけないのですが思わず吹き出してしまいました。「よく言うよ！」と思ったからです。

“自分で守る”ということは、文字通り自らの力で自分の健康を守ることが本義でしょう。自分の健康状態に気をつけ、それなりの対応 (食事、休養、運動など) をすることだと思えます。言葉を替えれば、人間本来の自然治癒力、免疫力を高める生活習慣によって健康を守ってゆくこととも言えましょう。

ところが、今あまりにも安易に薬やサプリメントに依存している人が多いのに愕然とします。「飲めば治る」「摂れば効く」と安易に信じているのですが、或いは、なんとなく習慣的に、また飲めば安心できるから、という人もおられるようですが、いずれにしてもとても危険な話だと私は常々思っています。以前もこの「雲の手通信」(第6号)でご紹介しました米国の『ドクターズルール425』から再度二つだけご紹介しますが――

No. 173 4種類以上の薬を飲んでいる患者は医学知識の及ばぬ危険な領域にいる。

No. 204 高齢者のほとんどは薬を中止すると体調がよくなる。

と専門家ですら警告しているのです。また、私が崇拜する安保徹先生や新谷弘美先生も“薬は基本的には毒である”と喝破されておられます。つまり「自分で治す」ということは「出来るだけ薬やサプリメントに依存しない」と「生活習慣を正す」ということの二本立てに他なりません。薬が治すのではなく、治すのはあなた自身です。

このチンパンジーは『あなたの体は薬(とサプリ)で治します』と演説しているように私には聞こえたので、思わず笑ってしまったのです。

毎日、四六時中、私たちはメディアによる過大で過剰な商品広告にさらされているのです。

私の持論ですが、つねに、あらゆる分野において「優しく脅迫され、静かに洗脳されている」ことをゆめゆめ忘れることなく、賢く、抑制的に生きてゆきたいと考えています。

『ドクターズルール425～医師の心得集』というのは米国で医師の教育用に使われている小冊子で、日本では1994年に、京都大学教授(当時)福井次矢氏(現・聖路加国際病院院長。聖路加国際大学理事長)の訳本が出版されています。【右画像】(現在では古本でしか手に入らないと思いますが、要旨はインターネットで検索すると読むことができます。)

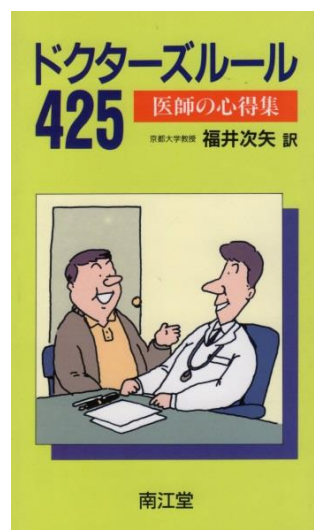
古代から現代にいたる医薬に関する格言・箴言が425項目ずらっと並んでいるだけの小冊子ですが、素人の、あるいは患者の立場としての、私が読んでも、たいへん面白く、ためになる本です。ほかにこんな格言も載っています。

No.30 他のことをしながら患者の話を聴いてはならない。全精力を傾けて聴くこと。

No.52 患者の貌を観察するようにしなさい。

No.276 患者に話すのではなく、患者と話すこと。

No.205 加齢現象とされているものの多くは単に廃用性および非活動性萎縮によるものである。高齢者に、毎日筋肉ストレッチし、散歩に出るよう優しく促しなさい。



旅をうたいを詠む 杞憂をうたう～その2

中東の戦乱のもとには住む人を無視して引かれた直線の国境

小規模はテロと言い大規模は戦争という

人殺しには違いはないが

大国の利害が正義の鎧(よろい) 着て

つぎつぎ火種を紡いでいるらし

金に買われ力になびいて右顧左眊

信義を失い国連漂流

結局は戦勝国の拒否権で

決まらず為さず無力な国連

